

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang dan Permasalahan

Salah satu pendukung pembentuk manusia Indonesia yang berkualitas adalah melalui olahraga, hal ini sesuai dengan TAP MPR No. IV/MPR/1999 tentang GBHN bahwa: Pembangunan olahraga telah berhasil menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup, yang harus di mulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan masyarakat. Ariani, Huda, & Darmawan (2022:3) Pembibitan dan pembinaan olahraga prestasi harus di lakukan secara sistematis, sehingga dapat ikut mengharumkan nama bangsa di dunia internasional dan membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Olahraga mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan. Dalam kehidupan modern saat ini manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat. Dipa, (2021:3) Dengan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak disiplin dan akhirnya akan terbentuk manusia yang berkualitas. Banyak jenis olahraga yang dapat dilakukan oleh masyarakat untuk menjaga kondisi tubuh dalam kondisi bugar. Berbagai jenis dapat dilakukanseperti jalan kaki, jogging, lari, basket, voli, badminton dan masih banyak lagi. Salah satu cabang olahraga yang digemari dikalangan masyarakat saat ini yaitu cabang olahraga bola voli, karena olahraga ini dapat dilakukan oleh semua kalangan, baik laki-laki maupun perempuan.

Sesuai dengan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 27 ayat 4 yaitu:“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah yang menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”. Sehubungan dengan undang-undang di atas, Wahyudi (2020:5) maka pembinaan prestasi dilaksanakan tidak hanya oleh lembaga-lembaga pemerintah, tetapi juga lembaga-lembaga swasta. Pembinaan dilakukan dengan berjenjang dan terusmenerus, sehingga dapat dicapai prestasi yang maksimal melalui pertandingan - pertandingan yang diikuti (Kartono, 2020).

Untuk meningkatkan dan mencapai prestasi alangkah baiknya jika semenjak anak-anak telah mendapatkan pelatihan olahraga secara benar, teratur dan terarah. Dalam pelatihan olahraga, untuk dapat mencapai prestasi yang tinggi harus memperhatikan beberapa faktor. Salah satunya adalah teknik dasar dari olahraga tersebut, apabila kita menguasai teknik dasar dengan baik, maka kita dapat bermain dengan baik.

Pelatihan yang berkualitas sangat tergantung dari motivasi peserta didik dan kreatifitas tenaga pendidik untuk membantu mendorong Pemain dalam berlatih. Dalam suatu proses pelatihan diperlukan adanya pengembangan kesetaraan melalui komunikasi dialogis yang transparan untuk mendorong terciptanya suasana pelatihan yang aktif dan kondusif di dalam aktivitas pelatihan. Proses pelatihan hendaknya memberi peluang bagi peserta didik untuk menyampaikan pendapat, berdiskusi, dan mempertanyakan berbagai hal yang berkaitan dengan pengembangan pengetahuan dan potensi dalam dirinya. Dalam proses pelatihan adanya perkembangan melalui potensi yang dimiliki peserta yang diakibatkan dari

adanya proses pelatihan harus dilakukan secara menyeluruh dan terencana agar hasil yang diinginkan sesuai dengan tujuan pelatihan. Pelatihan sangat erat kaitannya dengan proses pelatihan. Arsyad, (2019: 1) mengemukakan bahwa “pelatihan merupakan tahapan mengumpulkan pengetahuan secara terencana yang terjadi selama hidupnya”. Pertanda dari peserta didik sudah berlatih adalah adanya perubahan perilaku didalam diri peserta didik yang menjadi lebih baik. Perubahan perilaku tersebut berupa perubahan yang bersifat kognitif (pengetahuan), psikomotorik (keterampilan), dan afektif (sikap).

Kusyanto (2019) mengatakan bahwa bola voli adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu, yang masing-masing terdiri dari enam orang. Selanjutnya Mukholid (2019) menyatakan bahwa permainan bola voli adalah suatu permainan yang menggunakan bola untuk divolley (dipantulkan) di udara hilir mudik di atas net (jaring) dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak daerah lapangan lawan, dalam rangka mencari kemenangan. Memvolley atau memantulkan bola ke udara dapat mempergunakan seluruh anggota atau bagian tubuh dari ujung kaki sampai ke kepala dengan pantulan sempurna.” Menurut Bachtiar (2019) ide dasar permainan bola voli itu adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net. Kemudian untuk memenangkan (memainkan) bola di udara sebelum bola jatuh atau bola menyentuh lantai. Selanjutnya menurut PB. PBVSI dalam Kartono (2020) menyatakan bahwa perhitungan perolehan angka dalam permainan bola voli menggunakan sistim reli. Tim yang memenangkan sebuah reli akan mendapat satu angka (*relly point system*). Apabila tim yang sedang menerima servis memenangkan reli akan mendapat satu angka dan berhak melakukan servis berikutnya, serta pemain lainnya melakukan pegeseran satu posisi searah jarum jam. Sesuai dari ide permainan bola voli, agar dapat bermain bola voli

dengan baik, seorang pemain harus dapat menguasai teknik dasar permainan bola voli. Teknik dasar permainan bola voli harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu agar dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang dapat menentukan menang atau kalahnya tim dalam suatu permainan bola voli (Syafuddin, 2019).

Permainan bola voli memiliki teknik-teknik dasar yaitu: servis, *passing*, *Smash* dan *block*, dimana dalam permainan bola voli kemenangan sangat bergantung pada teknik, fisik, taktik dan mental seorang pemain. Keempat unsur tersebut merupakan unsur-unsur prestasi yang harus dimiliki. *Smash* merupakan salah satu contoh teknik dasar permainan bola voli. Bachtiar (2019) mengatakan *Smash* adalah “pukulan yang utama dalam melakukan penyerangan ke daerah lawan”. *Smash* merupakan modal untuk mendapatkan angka. Dari pendapat di atas maka dengan teknik *Smash* yang baik maka pertahanan lawan dapat dimatikan dan kemenangan dapat diraih. Dalam teknik *Smash* kondisi fisik merupakan faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan *Smash* (Ismaryati, 2020).

Koordinasi merupakan beberapa komponen kondisi fisik yang sangat penting dalam melakukan *Smash* Mukholid, (2020). Dalam teknik *Smash* koordinasi merupakan komponen yang sangat berperan dalam melakukan *Smash*, terutama koordinasi mata-tangan, karena dengan koordinasi yang baik antara mata dan tangan maka ketepatan pukulan *Smash* akan semakin baik. Selanjutnya

Menurut Bachtiar (2019) *Smash* adalah pukulan yang utama dalam penyerangan untuk mencapai kemenangan. Dalam melakukan *Smash* raihan dan melompat yang tinggi agar keberhasilan dapat dicapai dengan gemilang Dari kutipan di atas *Smash* merupakan pukulan yang keras serta dapat mematikan bola pada daerah lawan dan merupakan pukulan yang sangat menguntungkan bagi

pemain yang memiliki raihan serta kemampuan melompat yang tinggi. Untuk mencapai teknik *Smash* yang baik dan menghasilkan poin, maka pemain harus memiliki koordinasi, kekuatan, dan daya ledak sehingga memiliki raihan yang tinggi, sehingga dapat melakukan *Smash* yang terarah dan tajam. Hal ini sejalan dengan pendapat Bachtiar (2019) yang menyatakan “Apabila kemampuan koordinasi seseorang pemain bola voli bagus, maka gerakan yang dihasilkan akan efektif dan efisien, sebaliknya apabila kemampuan koordinasi kurang bagus maka hasilnya tidak sesuai dengan yang diharapkan”.

Menurut pendapat Syafruddin (2019) bahwa koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan serta kerjasama system persyarafan pusat. Selanjutnya Kiram (2019) mengatakan “koordinasi merupakan timbal balik antara susunan syaraf pusat dengan alat gerak dalam mengatur dan mengendalikan impuls dan kerja otot untuk pelaksanaan suatu gerakan”. Dari beberapa pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa koordinasi merupakan hubungan kerjasama antara susunan syaraf pusat dengan alat gerak saat berkontraksi dalam menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah. Dalam setiap aktivitas olahraga kemampuan koordinasi sangat menentukan keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas motorik sesuai tuntutan cabang olahraga tersebut. Dalam bola voli misalnya kemampuan koordinasi kaki, tangan, dan mata berperan aktif dalam melakukan service, passing, *Smash*, dan *block*. Menurut Bachtiar (2019) apabila kemampuan koordinasi seseorang pemain bola voli bagus, maka gerakan yang dihasilkan akan efektif dan efisien, sebaliknya apabila kemampuan koordinasi kurang bagus maka hasilnya tidak sesuai dengan yang diharapkan. Baik tidaknya kemampuan koordinasi seseorang ditentukan oleh

banyak faktor seperti: kemampuan intelegensi, ketepatan organ sensorik, pengalaman motorik dan tingkat kemampuan biomotor. Namun demikian kemampuan seseorang dapat ditingkatkan dengan melakukan latihanlatihan yang dapat merangsang kerja syaraf otot dan alat indra (Harsono, 2020). Dari uraian diatas dapat dijelaskan bahwa koordinasi berperan sekali dalam setiap aktifitas olahraga baik itu koordinasi gerakan maupun koordinasi antara anggota tubuh. Koordinasi gerakan merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan tugas seperti: *service*, *passing*, *Smash*, dan *block* dalam permainan bola voli, mulai dari fase awal, fase utama sampai pada fase akhir. Sedangkan koordinasi antara anggota tubuh yaitu seperti koordinasi mata - tangan.

Berdasarkan observasi, masih ada pemain yang melakukan teknik *Smash* yang salah, misalnya perkenaan pada bola kurang tepat, tangan kurang diluruskan pada saat memukul, bahkan masih banyak pemain pada saat melakukan *Smash*, bola menyangkut di net dan bahkan keluar lapangan. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan pukulan dasar *Smash* masih kurang, baik teknik cara memukul teknik *Smash* maupun ketepatannya. Pada saat bermain, sebagian besar hasil *Smash* yang dilakukan oleh atlet terlalu melebar ke kanan dan ke kiri, sehingga pukulan *Smash* yang seharusnya menghasilkan poin untuk diri sendiri, justru malah lebih banyak menghasilkan poin untuk lawan. Seharusnya pukulan *Smash* dapat menjadi senjata bagi setiap pemain untuk mematikan permainan lawan dan mendapatkan point, akan tetapi karena seringnya melakukan kesalahan *Smash* maka menguntungkan pemain lawan. Metode latihan yang diterapkan oleh pelatih cukup baik, akan tetapi pola latihan *Smash* juga kurang begitu diperhatikan, misalnya pelatih jarang membetulkan jika ada pemain yang melakukan *Smash* dengan teknik yang salah. Masalah lain yaitu latihan lebih diperbanyak pada latihan

fisik dan game.

Hal ini menyebabkan kualitas *Smash* menurun dan juga mengakibatkan pukulan *Smash* yang dihasilkan masih belum keras dan masih jauh dari yang diharapkan. Pada saat melakukan *Smash* penempatan-penempatan bola pada posisi yang kosong tidak terlaksana dengan baik. Melihat perkembangan permainan pada tiap-tiap pertandingan sering terjadi kegagalan dalam melakukan serangan, terutama pada saat melakukan *Smash* ke daerah lawan. Diantara kesalahan itu berupa kurangnya ketepatan *Smash*, sehingga *Smash* yang dihasilkan kurang keras dan tidak terarah. Hal ini diakibatkan karena rendahnya kondisi fisik yang dimiliki pemain, diantaranya yaitu koordinasi mata-tangan pemain bola voli klub bola voli Kendali Putra.

Kendali Putra adalah klub olahraga yang berasal dari Banjar Suwung Batan Kendal, Sasetan. Berawal dari lomba desa terpadu yang diselenggarakan di Kelurahan Sasetan tahun 1986, Klub Kendali Putra untuk pertama kali didirikan dan kemudian dioperasikan oleh pemuda Banjar Suwung Batan Kendal atau lebih akrab dikenal dengan nama STT Dharma Gargitha yang saat ini telah berganti nama menjadi ST. Dharma Gargitha. Kendali Putra sendiri adalah nama yang diambil dari potongan nama Banjar yang menaunginya, yakni “Kendal” yang memiliki makna, Mengendalikan diri dalam berolahraga untuk mencapai sehat jasmani, rohani dan mencapai prestasi. Adapun beberapa cabang olahraga yang dioperasikan adalah, cabang olahraga Tenis Meja dan Bola Voli.

Namun seiring berjalannya waktu hingga saat ini yang masih aktif dilaksanakan adalah cabang olahraga bola voli, di mana beberapa kejuaraan telah diraih dari beberapa pertandingan yang diikuti yakni: (1) Juara 1 PSK CUP tahun 1990, (2) Juara 1 Porstam Cup tahun 1993, (3) Juara 2 SDC Cup tahun 2004, (4) 8

besar Porstam Cup tahun 2019, (5) Wira Yudha Cup tahun 2022, dan (6) Piala Wali Kota Denpasar tahun 2023 mewakili Desa Sesetan (POR Sesetan). Hingga saat ini belum ada kompetisi yang diikuti lagi, namun semangat anggota tim tetap membara dengan selalu melaksanakan latihan hampir setiap sore hari.

Penelitian ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Penelitian yang dilakukan oleh Sovensi (2020) dengan judul Ketepatan *Smash* Pemain Bola Voli Siswa SMA ditinjau dari Koordinasi Mata Tangan dan Extensi Togok, Hasil analisis data menunjukkan bahwa, terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dan ekstensi togok secara bersama-sama dengan ketepatan *Smash* pemain bola voli SMAN 2 Bengkulu Selatan. Penelitian yang dilakukan oleh Parlindungan (2019) dengan judul *The Effectiveness of Volleyball Smash Training Model on Improving Smash Capabilities of Volleyball Player*, Hasil penelitian menunjukkan bahwa model latihan *Smash* bola voli mampu meningkatkan keterampilan *Smashing* bola voli dengan hasil t hitung 6,924, t tabel 2,045. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model latihan *Smash* bola voli efektif untuk meningkatkan kemampuan *Smash* pemain bola voli.

Metode latihan yang sesuai sangat dibutuhkan untuk penguasaan kemampuan dasar ketepatan *Smash*. Metode latihan adalah prosedur dan cara pemilihan jenis latihan serta penataannya menurut kadar kesulitan kompleksitas dan berat badan (Erianti, 2020). Metode latihan yang akan diterapkan dalam penelitian ini yaitu latihan *Smash* berpasangan dan *Smash* ke dinding. Melalui latihan tersebut diharapkan teknik *Smash* dapat lebih tepat sasaran. Dari latar belakang di atas mendorong penulis untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh pelatihan *Smash* di tembok dengan *Smash* berpasangan terhadap ketepatan *Smash* ditinjau dari koordinasi mata tangan klub bola voli Kendali Putra”.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi permasalahan-permasalahan sebagai berikut:

1. Ketepatan *Smash* pemain bola voli klub bola voli Kendali Putra masih rendah, ini terbukti pada saat pertandingan pukulan *Smash* yang dihasilkan masih lemah dan kurang terarah sehingga mudah diblock oleh lawan
2. Masih rendahnya koordinasi mata-tangan pemain bola voli klub bola voli Kendali Putra. Hal ini menyebabkan kualitas *Smash* menurun dan juga mengakibatkan pukulan *Smash* yang dihasilkan masih belum keras dan masih jauh dari yang diharapkan
3. Pada saat melakukan *Smash* penempatan-penempatan bola pada posisi yang kosong tidak terlaksana dengan baik. Melihat perkembangan permainan pada tiap-tiap pertandingan sering terjadi kegagalan dalam melakukan serangan, terutama pada saat melakukan *Smash* ke daerah lawan.
4. Rendahnya kondisi fisik yang dimiliki pemain, diantaranya yaitu koordinasi mata-tangan pemain bola voli klub bola voli Kendali Putra.

1.3. Batasan Masalah

Mengingat terbatasnya waktu, tenaga, biaya dan kemampuan, maka tidak semua masalah yang disebutkan dalam identifikasi masalah akan diteliti. Berdasar uraian pada latar belakang dan hasil identifikasi masalah, maka dalam penelitian ini hanya dibatasi pelatihan *Smash* di tembok dengan *Smash* berpasangan terhadap ketepatan *Smash* ditinjau dari koordinasi mata tangan klub bola voli Kendali Putra.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan pengaruh ketepatan *Smash* antara atlet voli yang mendapatkan latihan *Smash* di tembok dan atlet voli dengan latihan *Smash* berpasangan?
2. Apakah terdapat interaksi antara *Smash* di tembok dan *Smash* berpasangan dengan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan *Smash* bola voli?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh ketepatan *Smash* antara atlet voli yang mendapatkan latihan *Smash* di tembok dan latihan *Smash* Berpasangan yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi?
4. Apakah terdapat perbedaan pengaruh ketepatan *Smash* antara atlet voli yang mendapatkan latihan *Smash* di tembok dan latihan *Smash* Berpasangan yang memiliki koordinasi mata tangan rendah?

1.5. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.5.1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan yang ada dalam penelitian ini adalah untuk:

1. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh ketepatan *Smash* antara atlet voli yang mendapatkan latihan *Smash* di tembok dan latihan *Smash* berpasangan.
2. Untuk mengetahui interaksi antara *Smash* di tembok dan *Smash* berpasangan dengan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan *Smash*.
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh ketepatan *Smash* antara atlet voli yang mendapatkan latihan *Smash* di tembok dan latihan *Smash* berpasangan yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi.

4. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh ketepatan *Smash* antara atlet voli yang mendapatkan latihan *Smash* di tembok dan latihan *Smash* berpasangan yang memiliki koordinasi mata tangan rendah.

1.5.2. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mempunyai manfaat baik manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis
 - a. Sebagai salah satu referensi, khususnya bagi pelatih bola voli supaya dapat memberikan tambahan wawasan dan pengetahuan dalam melatih
 - b. Sebagai salah satu bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya dalam membahas peningkatan ketepatan *Smash* bola voli.
2. Manfaat Praktis
 - a. Kepada PBVSI, Penelitian ini diharapkan menjadi pedoman bagi pihak yang bersangkutan dalam proses pembinaan bola voli agar tercipta prestasi yang baik.
 - b. Kepada Atlit, Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai bentuk latihan yang berupa pelatihan *Smash* di tembok dengan *Smash* berpasangan terhadap ketepatan *Smash* ditinjau dari koordinasi mata tangan klub bola voli Kendali Putra.
 - c. Kepada Pelatih, Penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan masukan untuk mengembangkan bola voli di klub bola voli Kendali Putra.